

癌症家族的自述之：结直肠癌

我叫结直肠癌，大约 95%的情况下我是由小小的肠道息肉生长进化而成。我很安静，也很隐蔽，当你察觉到我的存在时，当你出现便血、大便习惯改变、腹部绞痛，甚至贫血或体重减轻等症状时，对不起，你可能已经病得很严重了。但你不能全赖我，从肠息肉的异常增生到腺癌晚期，我给了你长达 10 年的时间去找到我，消灭我。癌前病变的治愈率几乎 100%，肠癌 I 期的生存率可达 95%，II 期也可达 75%，而到 IV 期就只有 5%的生存率了。

然而你们就是会忽略我、轻视我，你们餐桌上越来越大比重的高脂肪高蛋白饮食，过少的粗粮、新鲜的蔬菜水果摄入；你们吸烟、酗酒、烧烤、撸串，作息不规律，昼伏夜出，缺少运动；专家提出的早期筛查你们不管，你们拒绝肠镜、便隐血、影像学等重要的检查，只因盲目的自信和无知的心理作祟，所以……所以我提前出现了，所以我在中国人群中的发病越来越呈年轻化趋势。而在美国，他们由于预防和筛查工作的有效执行，过去 10 年来我的发病率和致死率越来越少。最近美国国家癌症协会（ACS）更新了结直肠癌筛查指南，将筛查的起始年龄从 50 岁下调到了 45 岁。

所以你们知道了，关键在于预防和早期筛查。偷偷告诉你，肠镜检查是对我进行筛查的金标准，但是检查前要均进行较长时间的准备，且侵入式的检查方式会给一些患者造成不适，尽管在美国有较高的普及，但在中国还不适合作为初筛的方法。定期进行便潜血试验初筛，是早期发现大肠癌的重要手段，也是目前国际通用的筛查方法。中国的筛查指南中便潜血试验是目前一般人群 50-74 岁个体筛查的首选推荐方法，对于阳性者再行肠镜检查。

便潜血试验，说白了就是利用化学颜色反应或免疫反应对粪便中显微镜下不可判断的出血进行检测。最开始其实就是对粪便中的血红蛋白（Hb）进行检测，后来发现这 Hb 不够稳定，很容易被肠道的酶或菌群等分解，于是有人把目光转移到转铁蛋白（Tf）的检测上。好家伙，这 Tf 果然有点真本事，稳定性和活性持续时间都大幅提高了。再后来你们有人将这两个指标联合在一起检测，检出率有大大提高，算你们厉害！

据说最近又搞出来一个流式荧光平台上 Hb+Tf 的定量检测，检测单位可达到 ng/mL 数量级。我本暗自庆幸，你们即使查出个阴性，患癌风险也可能大大增加（研究显示，2 次连续定量结果 $>8 \mu\text{g fHb/ml}$ 比 $0 \mu\text{g fHb/ml}$ 的患癌风险增加 14 倍，临界值为 $10 \mu\text{g fHb/ml}$ ），不过这下难有漏网之鱼了，哎！不过我可不担心，因为你们即使看到这篇文也不过抛诸脑后，该干嘛干嘛去了…